ஸ்ரீ:

ஸ்ரீமதே ராமாநுஜாய நம:

ஸ்ரீவைஷ்ணவ உபாகர்மா

1. ஸந்த்யா வந்தனம் முதலிய நித்யகர்மாக்கள். 2. ஸமிதாதானம் (பிரம்மசாரிகளுக்கு மட்டும்) 3. காமோகார்ஷித் ஜபம். 4. மாத்யாஹ்நிகம். 5. மஹா ஸங்கல்பம். 6. ஸ்நாநம். 7. யஜ்ஞோபவீததாரணம். 8. மௌஞ்சி, அஜிந, தண்ட தாரணம் (பிரம்மசாரிகளுக்கு மட்டும்) 9. காண்டரிஷி தர்ப்பணம். 10. தேவரிஷி பித்ரு தர்ப்பணம். 11. ஹோமம். 12. வேதாரம்பம். 13. மறுதினம் காயத்ரி ஜபம்.

காமோகார்ஷீத் ஜபம்

கால் அலம்பி ஆசமனம் செய்து பவித்திரத்தை தரித்துக் கொண்டு ப்ராணாயாமம் செய்யவும்.

சுக்லாம்பரதரம் விஷ்ணும் சசிவர்ணம் சதுர்புஜம் ।
ப்ரஸந்நவதநம் த்யாயேத் ஸர்வவிக்நோபசாந்தயே ॥
யஸ்யத்விரத வக்த்ராத்யா: பாரிஷத்யா: பரச்சதம் ।
விக்நம் நிக்நந்தி ஸததம் விஷ்வக்ஸேநம் தமாச்ரயே ॥

ஸ்ரீ கோவிந்த கோவிந்த கோவிந்த அஸ்ய ஸ்ரீ பகவத: மஹாபுருஷஸ்ய ஸ்ரீவிஷ்ணோராஜ்ஞயா, ப்ரவர்த்தமாநஸ்ய அத்ய ப்ரஹ்மண: த்விதீய பரார்த்தே, ஸ்ரீச்வேதவராஹ கல்பே, வைவஸ்வத மந்வந்தரே, கலியுகே, ப்ரதமே பாதே ஜம்பூ த்வீபே, பாரத வர்ஷே, பரதகண்டே, சகாப்தே, மேரோ: தக்ஷிணே பார்ச்வே அஸ்மின் வர்த்தமாநே வ்யாவஹாரிகே ப்ரபவாதீ ஷஷ்டி ஸம்வத்ஸராணாம் மத்யே .... நாம ஸம்வத்ஸரே, தக்ஷிணாயநே க்ரீஷ்மருதௌ கடக மாஸே சுக்ல பக்ஷே । பௌர்ணமாஸ்யாம் சுபதிதௌ .... வாஸர: .... நக்ஷத்ரயுக்தாயாம் ஸ்ரீவிஷ்ணுயோக ஸ்ரீவிஷ்ணுகரண சுபயோக சுபகரண ஏவங்குண விசேஷண விசிஷ்டாயாம் அஸ்யாம் வர்த்தமானாயாம் । பௌர்ணமாஸ்யாம் சுபதிதௌ ஸ்ரீபகவதாஜ்ஞயா பகவத் கைங்கர்யரூபம் தைஷ்யாம் பௌர்ணமாஸ்யாம் அத்யாயோத்ஸர்ஜன அகரண ப்ராயஸ்சித்தார்த்தம் அஷ்டோத்தர ஸஹஸ்ர ஸங்க்யா (1008) / அஷ்டோத்தர சத ஸங்க்யா (108) காமோகார்ஷீத் மன்யுர கார்ஷீத் இதி மந்த்ரஜபம் கரிஷ்யே.

காமோ கார்ஷீத் மந்யுரகார்ஷீத் நமோ நம: என்று 1008 அல்லது 108 தடவை ஜபம் செய்துவிட்டு ஸேவித்து அபிவாதனம், ஆசமநம் செய்யவும். கால்களை அலம்பிக் கொண்டு ஆசமநம் செய்து பவித்திரத்தை தரித்துக் கொண்டு ப்ரணாயாமம் செய்து, முன்பு கூறப்பட்ட ஸங்கல்பத்தை முழுவதும் சொல்லி ஸ்ரீபகவதாஜ்ஞயா பகவத்கைங்கர்ய ரூபம் ச்ராவண்யாம்

Credits: www.tamilbrahmins.com

பௌர்ணமாஸ்யாம், அத்யாய உபாகர்ம கரிஷ்யே, ததங்கம் ஸ்நாநமஹம் கரிஷ்யே, ததங்கம் யஜ்ஞோபவீத தாரணம் கரிஷ்யே, ததங்கம் காண்டரிஷி தர்பணம் கரிஷ்யே என்று சொல்லவும்.

பிராணாயாமம் செய்து "ஸ்ரீபகவதாஜ்ஞயா பகவத்கைங்கர்ய ரூபம் ச்ரௌதஸ்மார்த்த நித்ய கர்மாநுஷ்டாந யோக்யதா ஸித்யர்த்தம் யஜ்ஞோபவீத தாரணம் கரிஷ்யே," "யஜ்ஞோபவீத தாரணமந்த்ரஸ்ய ப்ரம்மா ரிஷி: த்ருஷ்டுப் சந்த: வேதாஸ்த்ரயோ தேவதா: யஜ்ஞோபவீத தாரணே விநியோக:" என்று சொல்லவும்.

யஞ்ஞோபவீதத்தைக் கையில் எடுத்துக் கொண்டு கால்கள் குந்தியபடியே உட்கார்ந்து கொண்டு "யக்ஞோபவீதம் பரமம் பவித்ரம் ப்ரஜாபதே யத்ஸஹஜம் புரஸ்தாத் ஆயுஷ்யம் அக்ரியம் ப்ரதிமுஞ்ச சுப்ரம் யஜ்ஞோபவீதம் பலமஸ்து தேஜ:" என்று சொல்லி தரித்துக்கொள்ளவும்.

பிரம்மசாரிகளுக்குப் பூணூல் தரித்த பிறகு மௌஞ்சி, அஜிந தண்ட தாரண மந்த்ரம் (மௌஞ்சி தாரண மந்த்ரம்) இயம் துருக்தாத்பரிமா தமாநா சர்மவரூதம் புநதீந ஆகாத் ப்ராணாபா நாப்யாம் பலமாபரந்தீ ப்ரியா தேவாநாம் ஸுபக மேகலேயம் ருதஸ்ய கோப்திரீ தபஸ: பரஸ்பீக்நதிரக்ஷ: ஸஹமாநரி அராதீ: ஸாகஸ்ஸ்மந்தம் அநுபரீஹி பத்ரயா பர்த்தாரஸ்தே மேகலே மாரிஷாம:-

(அஜிந மந்த்ரம்) மித்ரஸ்ய சக்ஷு, தருணம் பலீய தேஜோ யசஸ்வீஸ்தவிரம் ஸ்மித்தம் அநரஹநஸ்யம் வஸநம் ஜரிஷ்ணு பரீதம்வாஜி அஜிநம் ததேஹம்.

(தண்ட மந்த்ரம்) ஸுச்ரவ ஸுச்ரவஸம் மாகுரு யதாத்வம் ஸுச்ரவ ஸுச்ரவா அஸி ஏவமஹம் ஸுச்ரவ ஸுச்ரவ ஸுச்ரவ பூயாஸம் யதாத்வம் ஸுச்ரவ: தேவாநாம்நிதிகோபோஸி ஏவமஹம் ப்ராஹ்மணாநாம் ப்ரஹ்மணோநிகோபா பூவாஸம்.

க்ருஹஸ்தர்கள் ஆசமநம், ப்ராணாயாமம் பண்ணி "ஸ்ரீபகவதாஜ்ஞயா பகவத் கைங்கர்ய ரூபம் த்விதீய யஞ்ஞோபவீததாரணம் கரிஷ்யே" யஜ்ஞோபவீததாரண மந்த்ரஸ்ய ப்ரம்மா ரிஷி: த்ருஷ்டுப் சந்த: வேதாஸ்த்ரயோ தேவதா யஜ்ஞோபவீத தாரணே விநியோக:", என்று இரண்டாம் யஜ்ஞோபவீதத்தைக் கையில் எடுத்துக் கொண்டு "யஜ்ஞோபவீதம் பரமம் பவித்ரம் ப்ரஜாபதே யத்ஸஹஜம் புரஸ் தாத் ஆயுஷ்யம் அக்ரியம் ப்ரதிமுஞ்ச சுப்ரம் யஜ்ஞோபவீத பலமஸ்து தேஜ:", என்று சொல்லி தரித்துக்கொள்ளவும்.

காண்டரிஷி தர்ப்பணம்

ஆசமநம் செய்து எள்ளும் அரிசியும் கலந்து தீர்த்தத்தினால் உள்ளங்கைகளின் நடுவினால் ஒவ்வொருவர்க்கும் மூன்று தடவை தர்ப்பணம் செய்யவும் பிரம்மாவிற்கு மட்டும் மணிக்கட்டு உட்புறத்தால் தீர்த்தம் விழும்படி தர்ப்பணம் செய்ய வேண்டும்.

Credits: www.tamilbrahmins.com

(குந்தி உட்கார்ந்து கொண்டு பூணூலை மாலையாகப் போட்டுக் கொண்டு இரண்டு கட்டை விரல்களிலும் மாட்டிக்கொண்டு இரண்டு உள்ளங்கைகளின் நடுவினாலும் கீழ்க்கண்ட ஒவ்வொருவருக்கும் மூன்று முறை தர்ப்பணம் செய்யவும். (1) பிரஜாபதிம் காண்டரிஷிம் தர்ப்பயாமி, (2) ஸோமம் காண்டரிஷிம் தர்ப்பயாமி, (3) அக்னிம் காண்டரிஷிம் தர்ப்பயாமி, (4) விச்வாந் தேவான் காண்டரிஷீன்ஸ் தர்ப்பயாமி.

(கீழ்க்கண்டவைகளை நுனி விரல்களால் தர்ப்பணம் செய்யவும்) (1) ஸாகும்ஹிதீர் தேவதா உபநிஷதஸத் தர்ப்பயாமி (2) யாஜ்ஞிகீர் தேவதா உபநிஷதஸத் தர்ப்பயாமி (3) வாருணீர் தேவதா உபநிஷதஸத் தர்ப்பயாமி.

(இதை உள்ளங்கையின் அடிப்பாகத்தினால் செய்யவும்) ப்ரஹ்மாணம் ஸ்வயம்புவம் தர்ப்பயாமி (கீழ்க்கண்டவைகளால் சிலரால் மட்டுமே பின்பற்றப்படுகின்றன.)

(1) ஸதஸஸ்பதிம் தர்ப்பயாமி (2) ரிக்வேதம் தர்ப்பயாமி (3) யஜுர்வேதம் தர்ப்பயாமி (4) ஸாமவேதம் தர்ப்பயாமி (5) அதர்வண வேதம் தர்ப்பயாமி (6) இதிஹாஸ புராணம் தர்ப்பயாமி (7) கல்பம் தர்ப்பயாமி (மூன்று முறை செய்யவும்).

(தகப்பனார் இல்லாதவர்கள் மட்டும் கீழ்க்கண்டவைகளைச் செய்யவும்) ப்ராசீனாவீதமாய் அதாவது வலது தோளின் மேல் பூணூலைப் போட்டுக் கொண்டு கட்டைவிரல் வழியாக மூன்று முறை தர்ப்பணம் செய்யவும். (1) ஸோம: பித்ருமாந் யம: அங்கிரஸ்வான் அக்னி ஹவ்யவாகனாதய: யேபிதர: தாந் பித்ரூன் தர்ப்பயாமி (2) ஸர்வாந்பித்ரூன் தர்ப்பயாமி (3) ஸர்வ பித்ருகணான் தர்ப்பயாமி (4) ஸர்வ கணபத்நீஸ் தர்ப்பயாமி, ஊர்ஜம் வஹந்தீரம்ருதம் க்ருதம் பய கீலாலம் பரிஸ்ருதம் ஸ்வதாஸ்த தர்பயதமே பித்ருந் பூணூலை உபவீதமாகப் (சரியாகப்) போட்டுக் கொண்டு ஆசமநம் செய்து பவித்ரத்தை அவிழ்த்து விடவும்.

"காயேந வாசா மநஸேந்த்ரியைர்வா புத்யாத்மநாவா ப்ரக்ருதே: ஸ்வபாவாத், கரோமி யத்யத் ஸகலம் பரஸ்மை ஸ்ரீமந் நாராயணாயேதி ஸமர்ப்பயாமி, ஸர்வம் ஸ்ரீக்ருஷ்ணார்ப்பண மஸ்து" என்றும் சொல்லி பெருமாளை ஸேவித்துவிட்டுப் பெரியோர்களையும் ஸேவித்துவிட்டு போஜனம் செய்யலாம்.

மறுநாள் காலையில் காயத்ரீ ஜபம் செய்யும்முறை

காலையில் தீர்த்தமாடி மடி வஸ்த்ரம் தரித்து திருமண் இட்டுக்கொண்டு ஸந்த்யாவந்தநம் மாத்யாநிஹம் பண்ணி ஆசமநம் செய்து பவித்ரத்தை தரித்துக்கொண்டு கீழ்க்கண்டவாறு ஸங்கல்பம் செய்யவும்.

Credits: www.tamilbrahmins.com

சுக்லாம்பரதரம் விஷ்ணும் சசிவர்ணம் சதுர்புஜம்।
ப்ரஸந்நவதநம் த்யாயேத் ஸர்வவிக்நோபசாந்தயே॥
யஸ்யத்விரதவக்ராத்யா: பாரிஷத்யா: பரச்சதம்।
விக்நம் நிக்நந்தி ஸததம் விஷ்வக்ஸேநம் தமாச்ரயே॥

ஸ்ரீ கோவிந்த கோவிந்த கோவிந்த அஸ்ய ஸ்ரீ பகவத: மஹாபுருஷஸ்ய ஸ்ரீவிஷ்ணோராஜ்ஞயா, ப்ரவர்த்தமாநஸ்ய அத்ய ப்ரஹ்மண: த்விதீய பரார்த்தே, ஸ்ரீச்வேதவராஹ கல்பே வைவஸ்வத மந்வந்தரே, கலியுகே, ப்ரதமே பாதே ஜம்பூ த்வீபே, பாரத வர்ஷே, பரதகண்டே, சகாப்தே, மேரோர் தக்ஷிணே பார்ச்வே அஸ்மின் வர்த்தமாநே வ்யாவஹாரிகாணாம் ப்ரபவாதீநாம் ஷஷ்டி ஸம்வத் ஸராணாம் மத்யே .... ஸம்வத்ஸரே, தக்ஷிணாயனே க்ரீஷ்மருதௌ கடக மாஸே க்ருஷ்ண பக்ஷே ப்ரதமாயாம் சுபதிதௌ .... வாஸர: .... நக்ஷத்ரயுக்தாயாம் ஸ்ரீவிஷ்ணுயோக ஸ்ரீவிஷ்ணுகரண சுபயோக சுபகரண ஏவங்குண விசேஷண விசிஷ்டாயாம் அஸ்யாம் வர்த்தமானாயாம் ப்ரதமாயாம் சுபதிதௌ ஸ்ரீபகவதாஜ்ஞயா, பகவத் கைங்கர்ய ரூபம், மித்யாதீத ப்ராயஸ்சித்தார்த்தம் அஷ்டோத்தர ஸஹஸ்ரஸங்க்யயா 1008 (அல்லது) அஷ்டோத்தர சதஸங்க்யயா 108 காயத்ரீ மஹா மந்த்ர ஜபம் கரிஷ்யே.

ப்ரணவஸ்ய, ரிஷிப்ரம்ம .... ஸந்த்யாவந்தனத்தில் செய்வதுபோல் செய்யவும்.

காயத்ரீ மந்திரத்தை 1008 அல்லது 108 தடவை ஜபம் செய்யவும், பிறகு உத்தமே சிகரேதேவி பூம்யாம் பர்வத மூர்த்தநி| ப்ரம்மநேப்யோ ஹ்நுக்யாநம் கச்சதேவி யதா ஸுகம்|| அபிவாதநம், ஆசமநம்,

“காயேந வாசாமநஸேந்த்ரியைர்வா புத்யாத்மநாவா ப்ரக்ரு தேஸ்ஸ்வபாவாத், கரோமி யத்யத் ஸகலம் பரஸ்மை நாராயணா யேதி ஸமர்ப்பயாமி, ஸர்வம் ஸ்ரீக்ருஷ்ணார்ப்பண மஸ்து” பவித்ரத்தை அவிழ்த்து விடவும்.

★ சுபமஸ்து ★

திருச்சேறை சாரதி வாத்யார்
19/11, தேரடித் தெரு, திருவல்லிக்கேணி,
சென்னை – 600 005.
மொபைல் : 90031 81636 / 79042 24413
vedhansarathy@gmail.com

Credits: www.tamilbrahmins.com